Nicolae Sfetcu

INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ

MultiMedia Publishing

Inteligența emoțională

Nicolae Sfetcu

Publicat de MultiMedia Publishing

PREVIZUALIZARE CARTE.

Publicat de MultiMedia Publishing, Drobeta Turnu Severin, 2020, www.telework.ro/ro/editura
ISBN 978-606-033-360-9
Referințe>
Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2008a). ”Emotional intelligence: New ability or eclectic traits?”, *American Psychologist*, 63, 503-517.
Athanasios S. Drigas and Chara Papoutsi, ”A New Layered Model on Emotional Intelligence”, *Behav Sci* (Basel). 2018 May; 8(5): 45, https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5981239/
Indrajeet Patil and Giorgia Silani, Reduced empathic concern leads to utilitarian moral judgments in trait alexithymia, *Front Psychol*. 2014; 5: 501, doi: 10.3389/fpsyg.2014.00501, PMCID: PMC4033264, PMID: 24904510
Nicolae Sfetcu, *De ce (nu) suntem fericiți?*, MultiMedia Publishing, ISBN: 978-606-033-304-3, 2019
Nicolae Sfetcu, *Emoțiile și inteligența emoțională în organizații*, SetThings (31 decembrie 2019), MultiMedia Publishing (ISBN 978-606-033-328-9), DOI: 10.13140/RG.2.2.32991.20640, URL = https://www.telework.ro/ro/e-books/emotiile-si-inteligenta-emotionala-in-organizatii/
Wikipedia, https://wikipedia.org/

DECLINARE DE RESPONSABILITATE: Având în vedere posibilitatea existenței erorii umane sau modificării conceptelor științifice, nici autorul, nici editorul și nicio altă parte implicată în pregătirea sau publicarea lucrării curente nu pot garanta în totalitate că toate aspectele sunt corecte, complete sau actuale, și își declină orice responsabilitate pentru orice eroare ori omisiune sau pentru rezultatele obținute din folosirea informațiilor conținute de această lucrare.

Cu excepția cazurilor specificate în această carte, nici autorul sau editorul, nici alți autori, contribuabili sau alți reprezentanți nu vor fi răspunzători pentru daunele rezultate din sau în legătură cu utilizarea acestei cărți. Aceasta este o declinare cuprinzătoare a răspunderii care se aplică tuturor daunelor de orice fel, incluzând (fără limitare) compensatorii; daune directe, indirecte sau consecvente, inclusiv pentru terțe părți.

Înțelegeți că această carte nu intenționează să înlocuiască consultarea cu un profesionist educațional, juridic sau financiar licențiat. Înainte de a o utiliza în orice mod, vă recomandăm să consultați un profesionist licențiat pentru a vă asigura că faceți ceea ce este mai bine pentru dvs.

Această carte oferă conținut referitor la subiecte educaționale. Utilizarea ei implică acceptarea acestei declinări de responsabilitate.

Cuprins

1. Emoții

Emoția este o stare mentală asociată cu sistemul nervos datorată modificărilor chimice asociate în mod diferit cu gânduri, sentimente, răspunsuri comportamentale și un grad de plăcere sau nemulțumire. În prezent, nu există un consens științific cu privire la o definiție. Emoția este adesea împletită cu starea de spirit, temperamentul, personalitatea, dispoziția și motivația.

Cercetările asupra emoțiilor au crescut semnificativ în ultimele două decenii, la acestea contribuind numeroase domenii, inclusiv psihologia, neuroștiința, endocrinologia, medicina, istoria, sociologia emoțiilor și informatică. Numeroasele teorii care încearcă să explice originea, neurobiologia, experiența și funcția emoțiilor au încurajat o cercetare mai intensă pe acest subiect. Domeniile actuale de cercetare în conceptul de emoție includ dezvoltarea materialelor care stimulează și provoacă emoții. În plus, scanările PET și fMRI ajută la studierea proceselor de imagine afective din creier.

Emoțiile pot fi definite ca o experiență pozitivă sau negativă, care este asociată cu un anumit tipar de activitate fiziologică. Emoțiile produc schimbări fiziologice, comportamentale și cognitive diferite. Rolul inițial al emoțiilor a fost acela de a motiva comportamente adaptative care în trecut ar fi contribuit la transmiterea genelor prin supraviețuire, reproducere și selecție de rude.

În unele teorii, cogniția este un aspect important al emoției. Cei care acționează în primul rând asupra emoțiilor pe care le simt pot părea de parcă nu gândesc, dar procesele mentale sunt încă esențiale, în special în interpretarea evenimentelor. De exemplu, realizarea credinței noastre că ne aflăm într-o situație periculoasă și excitarea ulterioară a sistemului nervos al corpului nostru (bătăi cardiace și respirație rapidă, transpirație, tensiune musculară) este parte integrantă a experienței de a ne simți frică. Totuși, alte teorii susțin că emoția este separată și poate precede cogniția. Experiența conștientă a unei emoții prezintă o reprezentare mentală a acelei emoții dintr-o experiență trecută sau ipotetică, care este legată de o stare de plăcere sau de nemulțumire conținută. Stările de conținut sunt stabilite prin explicații verbale ale experiențelor, descriind o stare internă.

Emoțiile sunt complexe. Conform unor teorii, ele sunt stări de sentiment care au ca rezultat schimbări fizice și psihologice care ne influențează comportamentul. Fiziologia emoției este strâns legată de excitarea sistemului nervos cu diverse stări și puncte forte ale excitației, care se pare, aparent, cu emoții particulare. Emoția este legată și de tendința comportamentală. Persoanele extrovertite sunt mai susceptibile să fie sociale și să-și exprime emoțiile, în timp ce persoanele introvertite au mai multe șanse să fie mai retrase social și să-și ascundă emoțiile. Emoția este adesea forța motrice a motivației, pozitivă sau negativă [12]. Conform altor teorii, emoțiile nu sunt forțe cauzale, ci pur și simplu sindroame ale componentelor, care ar putea include motivația, sentimentul, comportamentul și modificările fiziologice, dar niciuna dintre aceste componente nu este emoția. Nici emoția nu este o entitate care provoacă aceste componente.

Emoţiile implică diferite componente, cum ar fi experienţa subiectivă, procesele cognitive, comportamentul expresiv, schimbările psihofiziologice și comportamentul instrumental. La un moment dat, academicienii au încercat să identifice emoţia cu una dintre componente: William James cu o experienţă subiectivă, comportamente cu comportament instrumental, psihofiziologi cu schimbări fiziologice ș.a. Mai recent, despre emoţii se spune că este format din toate componentele. Diferitele componente ale emoţiei sunt clasificate oarecum diferit în funcţie de disciplina academică. În psihologie și filozofie, emoţia include de obicei o experienţă subiectivă, conștientă caracterizată în principal prin expresii psihofiziologice, reacţii biologice și stări mentale. O descriere multicomponenţială similară a emoţiei se găsește în sociologie. De exemplu, Peggy Thoits a descris emoţiile ca implicând componente fiziologice, etichete culturale sau emoţionale (furie, surpriză etc.), acţiuni expresive ale corpului și aprecierea situaţiilor și contextelor.

Introducere

Emoţia este o stare mentală indusă de unul sau mai mulţi stimuli interni sau externi, care determină modificări corporale chimice, răspunsuri comportamentale și o anumită stare. Emoţia este într-o interdependenţă permanentă cu starea de spirit, temperamentul, personalitatea, dispoziţia și motivaţia persoanei respective. Sensul cuvântului emoţie în limbajul cotidian este destul de diferit de cel din discursul academic.

Termenul „emoţie” a fost introdus în cercetare pentru a desemna pasiuni, sentimente și afecţiuni. (Conceptul modern de emoţie a apărut în jurul anilor 1830. „Nimeni nu a simţit emoţii înainte de aproximativ 1830. În schimb, au simţit alte lucruri - „pasiuni”, „accidente ale sufletului”, „sentimente morale” - și le-au explicat foarte diferit faţă de modul în care înţelegem emoţiile de azi.” Emoţiile pot fi definite ca o experienţă pozitivă sau negativă asociată cu un anumit tipar de activitate fiziologică. "Rolul iniţial al emoţiilor a fost acela de a motiva comportamente adaptive care în trecut ar fi contribuit la transmiterea genelor prin supravieţuire, reproducere și selecţie naturală.” Dicţionarul Oxford definește emoţia ca „Un sentiment puternic care decurge din circumstanţele, starea de spirit sau relaţiile cu ceilalţi.” Joseph LeDoux a definit emoţiile ca rezultat al unui proces cognitiv și conștient care apare ca răspuns la stimuli care acţionează asupra corpului.

Emoţiile pot fi evenimente sau dispoziţii, de durată variabila, cu o intensitate situată pe o scală continuă conform psihoterapeutului Michael C. Graham. Răspunsurile la emoţii pot fi mecanisme verbale, fiziologice, comportamentale și/sau neuronale. Emoţiile au ca rezultat schimbări fizice și psihologice care influenţează comportamentul. Ele sunt adesea forţa motrice a motivaţiilor. Emoţiile sunt răspunsuri la evenimente interne și externe semnificative. Emoţiile facilitează adaptarea la mediu, fiind rezultat al evoluţiei. Emoţiile permit comunicarea intr-o comunitate, cu valoare etica pozitiva sau negativă.

Clasificarea emoţiilor nu este universală, și depinde de contextul cultural, deși unele emoţii au un caracter intercultural, sunt universale. Graham diferenţiază emoţiile ca funcţionale sau disfuncţionale, și susţine că toate emoţiile funcţionale au beneficii. O altă modalitate de clasificare a emoţiilor este în funcţie de posibila ţintă. În funcţie de durata trăirii, se poate

distinge între episoadele emoționale (de scurtă durată) și dispozițiile emoționale (comparabile cu trăsăturile de caracter). Alți specialiști includ emoțiile într-o categorie mai generală de „stări afective".

Paul Ekman a susținut că emoțiile sunt discrete, măsurabile și distincte fiziologic, unele fiind recognoscibile chiar universal, independent de cultură, respectiv furie, dezgust, frică, fericire, tristețe și surpriză. Studiile mai recente ale lui Daniel Cordaro și Dacher Keltner au extins lista emoțiilor. Robert Plutchik a dezvoltat „roata emoțiilor", sugerând opt emoții primare grupate pozitiv sau negativ: bucuria versus tristețe; furia versus frică; încredere versus dezgust; și surpriză versus anticipație. Emoțiile complexe apar din combinarea emoțiilor de bază într-un anumit context cultural.

....

2. Filosofia emoțiilor

Emoția a fost exclusă din cunoaștere încă din antichitate, când Democrit afirma că „Medicamentul vindecă bolile corpului, înțelepciunea eliberează sufletul de emoții". O astfel de opinie spune că „rațiunea ar trebui să fie maestrul pasiunii". Cea mai cunoscută declarație inversată aparține lui Hume, conform căruia rațiunea este și ar trebui să fie sclavul pasiunilor. Emoțiile au fost recunoscute ca amenințări la luarea deciziilor raționale și epistemice, corelându-se emoțiile cu voința sau dorința (emoțiile ar fi un mijloc prin care voința sau dorința pot denatura rațiunea sau percepția sau un proces rațional). De aceea, emoțiile trebuie fie stăpânite (conform stoicilor) sau acceptate doar cele „corecte" (conform lui Aristotel).

O altă critică este aceea că emoțiile nu contribuie la cunoaștere, fiind prea subiective sau private pentru a fi relevante. De asemenea, chiar dacă se admite că există emoții legate de cunoaștere prin motivarea și reglarea activităților cognitive, forța motivațională este adesea respinsă ca epistemologic irelevantă. De ex., Descartes consideră că emoția ne poate motiva să dobândim o credință, dar nu intră în evaluarea epistemică a credinței, pe baza distincției între validitatea credințelor și teoriilor și istoria formării lor despre care se crede că este epistemologic irelevantă. În cazul emoțiilor care implică o evaluare a unui conținut propozițional în raport cu un anumit standard cognitiv, acestea se consideră că nu sunt surse de cunoaștere, deoarece aspectul lor atitudinal afectiv nu contribuie la justificarea credinței încorporate, nefiind mai bune ca actele de ghicire sau cazurile de clarviziune.

Descartes, în *Meditații* consideră certitudinea sau infailibilitatea drept cerințe ale cunoașterii, mai importante deductiv decât inferențele pentru fundamentări epistemice și algoritmi pentru a alege între teorii concurente. În această privință, emoțiile nu sunt candidați promițători, deoarece rezultatul lor cognitiv pare deosebit de failibil. Analiza în termeni de credință adevărată în epistemologia analitică contemporană, ca model, este de asemenea defavorabilă emoțiilor, întrucât condiția de justificare rămâne legată de relațiile inferențiale dintre credințe. Au existat încercări de a elimina condiția de justificare de sub controlul cognitiv al subiectului epistemic, apelând la idei precum lanțuri cauzale adecvate, mecanisme fiabile de formare a credințelor, sau funcționarea corectă a sistemelor cognitive Astfel de tendințe externaliste în justificarea epistemică au estompat distincția între contextul descoperirii și contextul justificării.

În contextul epistemologic, două întrebări au o relevanță specială: „emoțiile sunt cunoaștere?" si „este o teorie uniformă a emoțiilor necesară pentru evaluarea stării epistemologice a emoțiilor?". O interpretare restrictivă a „cunoașterii" impune ca teoriile să aibă conținut propozițional. Într-un astfel de caz, emoțiile sunt de obicei asimilate credințelor sau judecăților normative. Interpretări mai liberale ale „cunoașterii" includ și teorii care interpretează emoțiile pe modelul de percepție, precum studiul lui De Sousa, *The Rationality of Emotion* susținut și de Sabine Döring, Elgin și Prinz.O definiție minimă a teoriilor cognitive ale emoțiilor include afirmația că emoțiile sunt intenționate. Conform

acestui criteriu, teoriile strict comportamentale și teoriile care reduc emoțiile la sentimente nu sunt cognitive.

Recent, emoțiile au fost reevaluate ca fiind candidați pentru funcții epistemice fiind deseori evaluate ca raționale sau adecvate. Raționalitatea cognitivă a emoțiilor este capacitatea acestora de a reprezenta lumea așa cum este. Este în dispută posibilitatea ca adecvarea emoțiilor să fie interpretată ca adevăr emoțional, (Salmela 2006) contrar opiniei că ele distorsionează cunoașterea. Corect ar fi să specificăm condițiile în care acestea contribuie la cunoaștere. De asemenea, se pune la îndoială afirmația potrivit căreia confidențialitatea și subiectivitatea emoțiilor le fac epistemic inutile, evidențiind analogia dintre emoție și percepție. Teorii filosofice actuale despre emoții susțin că emoțiile includ un element cognitiv, și deci pot fi evaluate. Funcții lor cognitive necesită o analiză epistemologică care poate conduce la o reevaluare epistemologică a emoțiilor. Astfel, spre deosebire de proprietățile tradiționale ale cunoașterii, prin abordarea activităților cognitive, motivația, evidențierea și relevanța emoțiilor devin aspecte epistemologice de interes.

Conform lui Scarantino și de Sousa (2018), există trei varietăți de raționalitate cognitivă pentru emoții: de potrivire, de garanție și de coerență. Emoțiile sunt adesea lipsite de rațiune, dar manifestă coerență în multe cazuri, prin cogniții care oferă emoțiilor reprezentări ale obiectele lor particulare. Atunci când cognițiile sunt credințe, modificarea lor se reflectă în mod coerent în schimbările emoțiilor. Ca un caz special de raționalitate în coerența seturilor de emoții, Helm a susținut că emoțiile vin în tipare raționale centrate în jurul lucrurilor care au importanță pentru agent. Conform lui, emoțiile sunt importante în contextul descoperirii, deoarece influențează modul de lucru al cercetătorilor, dar sunt irelevante în contextul justificării, deoarece validitatea rezultatelor este independentă de astfel de emoții.

Deși emoțiile sunt adesea parte a proceselor de cunoaștere, s-a presupus că funcția condiției de justificare este de a exclude credințe care sunt doar întâmplător adevărate. Deci, doar caracteristicile care contribuie sistematic la adevărul cunoașterii au fost văzute ca normative, și deci epistemologic relevante. Din această perspectivă, emoțiile nu par a fi relevante epistemologic. Ernest Sosa, James Montmarquet și Linda Zagzebski au adoptat noțiunea de virtute din teoria etică, concentrându-se pe virtuți epistemice sau intelectuale, inversând direcția analizei epistemologice. Epistemologii virtuții încep cu proprietăți normative ale agenților epistemici. Emoțiile ajung astfel să conteze în cadrul unei astfel de strategii, contribuind la analiza trăsăturilor de caracter epistemic. Epistemologia socială a lui Lorraine Code și Alvin Goldman ia în calcul procesele din comunitățile epistemice, iar filosofia feministă examinează semnificația epistemică a agenților cu diferențe de gen. Quine și alții au inițiat proiectul naturalizării epistemologiei prin asimilarea acesteia la psihologie și știința cognitivă. Au fost reînviate teoriile filozofice despre emoții cu semnificația lor cognitivă (de exemplu, iar psihologia a început să ofere emoțiilor un loc central.

Discuțiile despre natura emoțiilor abordează o varietate derutantă de caracteristici, precum sentimente, comportament, reacții corporale, cogniții, dispoziții de acțiune, etc. Emoțiile sunt asociate și cu cauze și intenționalitate, și pot include anumite evaluări, credințe sau alte cunoștințe. Emoțiile pot fi analizate în ceea ce privește structura narativă, fiind încorporate

în societate și cultură. Jesse Prinz afirmă că această multiplicitate de caracteristici confruntă teoriile emoțiilor cu o „problemă a părților” (cu diferite caracteristici ale emoțiilor și funcții), precum și cu o „problemă a multitudinii”.

O emoție este intenționată sau orientată către un obiect dacă are un obiect „formal”, definit ca proprietatea *x* trebuie să aibă, sau norma *x* trebuie să se respecte, și dacă un episod emoțional specific este orientat către ceva anume (obiectul „material” sau „particular”, care se potrivește obiectului formal). Conturile care identifică pur și simplu emoțiile cu conștientizarea schimbărilor corporale nu sunt considerate intenționate. Alternativ la o teorie cognitivă generală a emoțiilor, se poate considera că anumite emoții sunt în mod specific cognitive într-unul dintre sensurile de mai sus.

Emoțiile motivează activitățile. Acest aspect le face importante pentru cunoaștere. Emoțiile sunt mecanisme care ne fac să învățăm ceva. Distincția între contextele de descoperire și justificare sugerează că motivația emoțiilor nu este relevantă epistemologic. Dar se poate contra-argumenta prin mutarea atenției epistemologice de la rezultatul urmărit la urmărirea în sine (de la cunoaștere și / sau credință adevărată la activități epistemice și agenți cognitivi). Atât Elgin cât și Hookway consideră că justificarea credințelor poate fi concepută ca dependentă de istoria dobândirii lor. „Și întrucât credințele trebuie evaluate în raport cu acțiunile cognitive, evaluarea lor poate depinde și de identitatea și proprietățile dorințelor, obiectivelor, mecanismelor, motivațiilor și virtuților.” Deoarece emoțiile cu forță motivațională pot fi ele însele evaluate în mod normativ, ar putea fi incluse în justificările credințelor.

De Sousa consideră că emoțiile pot fi o sursă pentru importanță și relevanță. Conform argumentului lui De Sousa, emoțiile, funcționând ca surse de curățenie, influențează reducerea necesară a numărului de acțiuni și consecințe în cazul unui număr extrem de mare de astfel de posibilități. Emoțiile se pot constitui în surse de evidențiere când pun accentul pe anumite aspecte ale unei situații, acționând ca „reflectoare”, în modalități extrem de complexe. Astfel, Elgin consideră emoția ca „un cadru al minții sau un model de atenție care sincronizează sentimentele, atitudinile, acțiunile și circumstanțele”.Ca surse de relevanță și evidențiere, emoțiile sunt ele însele evaluări, și pot fi la rândul lor evaluate.

(Brun et al. (2008) consideră și *salienţa* ca exemplu de imediatitate epistemică, iar relevanța emoțiilor ajută în cazul în care este nevoie de distincție între scenarii alternative. Brun susține, de asemenea, că emoțiile sunt o sursă suplimentară de cunoaștere, putându-se argumenta că emoțiile oferă acces epistemic la fapte altfel inaccesibile; o argumentare mai „cuminte” este că emoțiile pot fi surse de credințe adevărate, dar acestea nu sunt indispensabile. Conform lui Elgin, emoțiile oferă acces epistemic la anumite proprietăți dependente de răspuns care sunt direct legate de emoții.

…………………………………………………………

3. Inteligența socială

Inteligența socială este capacitatea de a te cunoaște pe sine și de a-i cunoaște pe ceilalți. Inteligența socială se dezvoltă din experiență cu oamenii și învățând din succese și eșecuri în cadrul social. Este mai frecvent denumită „tact", sau „bun simț". Omul de științe sociale Ross Honeywill consideră că inteligența socială este o măsură agregată de conștientizare socială, convingeri sociale evoluate și atitudini și o capacitate și un apetit de a gestiona schimbările sociale complexe. Psihologul Nicholas Humphrey consideră că inteligența socială este, mai degrabă decât inteligența măsurabilă, cea care definește cine suntem ca oameni.

Definiția inițială a lui Edward Thorndike în 1920 este „abilitatea de a înțelege și de a gestiona oamenii, de a acționa cu înțelepciune în relațiile umane". Este echivalent cu inteligența interpersonală, unul dintre tipurile de inteligență identificate în teoria lui Howard Gardner despre inteligențele multiple și strâns legată de teoria minții. Unii autori au restricționat definiția pentru a trata doar cunoștințele de situații sociale, poate mai bine numite cogniție socială sau inteligență de marketing social, întrucât se referă la strategii și tactici de publicitate socio-psihologică în trend. Potrivit lui Sean Foleno, inteligența socială este competența unei persoane de a înțelege în mod optim mediul înconjurător și de a reacționa corespunzător pentru o conduită de succes social. Este important să notăm că există mai multe definiții, deoarece nu există încă un consens complet asupra definiției operaționale a inteligenței sociale.

Ipoteză

Ipoteza inteligenței sociale afirmă că inteligența socială, adică socializarea complexă, cum ar fi politica, romantismul, relațiile de familie, certurile, colaborarea, reciprocitatea și altruismul (1) a fost forța motrice în dezvoltarea dimensiunii creierelor umane și (2) astăzi ne oferă capacitatea de a folosi acele creiere mari în circumstanțe sociale complexe. Această ipoteză susține că cerințele de a trăi împreună este ceea ce determină nevoia noastră de inteligență și că inteligența socială este o adaptare evolutivă pentru a face față situațiilor sociale extrem de complexe, precum și pentru a obține și menține puterea în grupurile sociale. Arheologul Steve Mithen consideră că există două perioade cheie de evoluție a creșterii creierului uman care contextualizează ipoteza inteligenței sociale. Primul a fost în urmă cu aproximativ două milioane de ani, când creierul a mai mult decât dublat ca mărime. Mithen consideră că această creștere se datora faptului că oamenii trăiau în grupuri mai mari, mai complexe și trebuiau să țină evidența mai multor persoane și relații. Aceste schimbări au necesitat o capacitate mentală mai mare și, la rândul ei, o dimensiune mai mare a creierului.

A doua perioadă cheie de creștere a dimensiunii creierului uman s-a produs între 600.000 și 200.000 de ani în urmă, când creierul a ajuns la dimensiunea sa modernă. Deși această creștere nu este încă complet explicată, Mithen consideră că este legată de evoluția limbii. Limbajul poate fi cea mai complexă sarcină cognitivă pe care o întreprindem. Limbajul este

direct legat de inteligența socială, deoarece este folosit în primul rând pentru a media relațiile sociale.

Măsurare

Coeficientul de inteligență socială (SQ) este o abstractizare statistică, similară abordării „scorului standard" folosit în testele IQ, cu o medie de 100. Scorurile de 140 sau mai mari sunt considerate a fi foarte mari. Spre deosebire de testul IQ standard, acesta nu este un model fix. Se bazează mai mult pe teoria lui Jean Piaget conform căreia inteligența nu este un atribut fix, ci o ierarhie complexă a abilităților de procesare a informațiilor care stă la baza unui echilibru adaptativ între individ și mediu. Prin urmare, o persoană își poate schimba SQ-ul modificându-și atitudinile și comportamentul ca răspuns la mediul său social.

SQ a fost măsurat până de curând prin tehnici precum sesiunile de întrebări și răspunsuri. Aceste sesiuni evaluează abilitățile pragmatice ale persoanei de a testa eligibilitatea în anumite cursuri de educație specială; cu toate acestea, unele teste au fost dezvoltate pentru a măsura inteligența socială. Acest test poate fi utilizat la diagnosticarea tulburărilor din spectrul autismului. Acest test poate fi utilizat și pentru a verifica anumite afecțiuni neautiste sau semi-autiste, cum ar fi tulburarea pragmatică semantică sau SPD, schizofrenie, disemie și ADHD.

Există unele măsuri de inteligență socială care sunt auto-raportate. Deși ușor de administrat, există o anumită întrebare cu privire la dacă măsurile de auto-raportare a inteligenței sociale ar fi mai bine interpretate în termeni de autoeficiență socială (adică încrederea cuiva în capacitatea lui de a trata informații sociale).

Persoanele cu un nivel scăzut de SQ sunt mai potrivite pentru a avea un contact scăzut cu clienții, precum și în grupuri sau echipe mai mici sau în mod independent, pentru că este posibil să nu aibă abilități de comunicare interpersonală și abilități sociale pentru a avea succes cu clienții și alți colaboratori. Persoanele cu SQ peste 120 sunt considerați calificați social și pot lucra excepțional de bine cu locuri de muncă care implică contact direct și comunicare cu alte persoane.

Testul de inteligență socială al Universității George Washington: este una dintre singurele măsuri de capacitate disponibile pentru evaluarea inteligenței sociale și a fost creat în iunie 1928 de către Dr. Thelma Hunt, psiholog la Universitatea George Washington. Acesta a fost inițial propus ca o măsurare a capacității unei persoane de a lucra cu oamenii și relațiile sociale. Testul este conceput pentru a evalua diverse abilități sociale care au constat în observarea comportamentului uman, a judecății situației sociale, a numelui și a memoriei feței și a teoriei minții din expresiile faciale. Testul de inteligență socială al Universității George Washington revizuit la a doua ediție constă din teste precum:

……………………………………

4. Inteligența emoțională

Inteligența emoțională (IE), leadershipul emoțional (LE), coeficientul emoțional (CE) și coeficientul de inteligență emoțională (CIE), este capacitatea indivizilor de a recunoaște propriile emoții și cele ale celorlalți, de a discerne între sentimente diferite și de a le eticheta corespunzător, folosind informațiile emoționale pentru a ghida gândirea și comportamentul și a gestiona și / sau ajusta emoțiile pentru a se adapta mediilor sau pentru a atinge obiectivele proprii.

Deși termenul a apărut pentru prima dată într-o lucrare din 1964 a lui Michael Beldoch, a câștigat popularitate în cartea din 1995 cu acelasi titlu, scrisă de autorul și jurnalistul științific Daniel Goleman. Din acest moment, IE și analiza lui Goleman din 1995 au inceput sa fie criticate în cadrul comunității științifice, în ciuda rapoartelor prolifice despre utilitatea sa în presa populară.

Empatia este de obicei asociată cu IE, deoarece se referă la un individ care leagă experiențele personale cu cele ale altora. Cu toate acestea, există mai multe modele care au ca scop măsurarea nivelurilor de IE (in cazul empatiei). În prezent, există mai multe modele de IE. Modelul original al lui Goleman poate fi considerat acum un model mixt care combină ceea ce a fost modelat separat ca IE pentru abilități și trăsături. Goleman a definit IE ca o serie de abilități și trăsături care determină performanța conducerii. Modelul caracteristicilor a fost dezvoltat de Konstantinos V. Petrides în 2001. El „înglobează dispozițiile comportamentale și abilitățile percepute de sine și se măsoară prin raportarea la sine". Modelul de abilitate, dezvoltat de Peter Salovey și John Mayer în 2004, se concentrează pe capacitatea individului de a prelucra informații emoționale și de a le folosi pentru a se descurca în mediul social.

Studiile au arătat că persoanele cu un IE ridicat au o sănătate mentală mai mare, performanță la locul de muncă și abilități de conducere, deși nu s-au observat relații de cauzalitate și astfel de descoperiri sunt susceptibile de a fi atribuite inteligenței generale și trăsăturilor de personalitate specifice, mai degrabă decât inteligenței emoționale ca o construcție. De exemplu, Goleman a indicat că IE a reprezentat 67% din abilitățile considerate necesare pentru performanțe superioare ca lideri, și a contat de două ori mai mult decât expertiza tehnică sau IQ. Alte cercetări constată că efectul markerilor IE asupra leadershipului și performanței manageriale nu este semnificativ atunci când abilitatea și personalitatea sunt controlate, și că inteligența generală se corelează foarte strâns cu leadershipul. Markerii IE și metodele de dezvoltare a acesteia au devenit mult mai cautati în ultimul deceniu de către persoanele care doresc să devină lideri mai eficienți. In plus, studiile au început să ofere dovezi care să ajute la caracterizarea mecanismelor neuronale ale inteligenței emoționale.

Criticile s-au concentrat asupra faptului dacă IE este o inteligență reală și dacă are o valabilitate incrementală asupra CI și a trăsăturilor de personalitate Big Five.

Istorie

Termenul „inteligență emoțională” pare să fi apărut mai întâi într-o lucrare din 1964 de Michael Beldoch, și în lucrarea din 1966 a lui B. Leuner intitulată „Inteligență emoțională și emancipare” care a apărut în jurnalul psihoterapeutic: “Practice of child psychology and child psychiatry”.

În 1983, Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences a lui Howard Gardner a introdus ideea că tipurile tradiționale de inteligență, precum CI, nu reușesc să explice pe deplin capacitatea cognitivă. El a introdus ideea inteligențelor multiple care includ atât inteligența interpersonală (capacitatea de a înțelege intențiile, motivațiile și dorințele celorlalți oameni), cât și inteligența intrapersonală (capacitatea de a se înțelege pe sine, de a aprecia sentimentele, temerile și motivațiile cuiva).

Termenul a apărut ulterior în teza de doctorat a lui Wayne Payne, A Study of Emotion: Developing Emotional Intelligence în 1985.

Prima utilizare a termenului „CE” (Coeficient Emoțional) este un articol a lui Keith Beasley în 1987 în revista britanică Mensa.

În 1989, Stanley Greenspan a prezentat un model care să descrie IE, urmat de un altul al lui Peter Salovey și John Mayer publicat în anul următor.

Cu toate acestea, termenul a devenit cunoscut pe scară largă odată cu publicarea cărții lui Goleman: Emotional Intelligence – Why it can matter more than (1995). Datorita statutului de cea mai vânduta carte, termenul a obtinut popularitatea. Goleman a publicat ulterior in mai multe publicații populare suplimentare cu o temă similară care au consolidat utilizarea termenului. Până în prezent, testele care măsoară IE nu au înlocuit testele CI ca metrică standard a inteligentei. Inteligența emoțională a primit, de asemenea, critici cu privire la rolul său în conducerea și succesul în afaceri.

Distincția dintre inteligența emoțională a trăsăturilor și inteligența emoțională a capacității a fost introdusă în anul 2000.

....

5. Inteligența emoțională în afaceri

În prezent, organizațiile trebuie să facă față, pe lângă o concurență sporită, și unei dezvoltări și inovații tehnologice exponențiale, și unor procese de schimbare care afectează toate stările emoționale ale angajaților. Toate aceste provocări, împreună cu schimbările impuse și complexitatea sarcinilor organizaționale și manageriale, implică noi exigențe emoționale și acțiuni mai eficiente la nivel corporativ, inclusiv prin gestionarea emoțiilor în cele mai multe circumstanțe. Astfel, emoțiile reprezintă „resurse" valoroase pentru inovație și valoare adăugată într-un proces economic. Pentru aceasta este necesar ca la nivelul companiei să se înțeleagă influența și potențialul emoțiilor, neglijate până nu demult. Emoțiilor li s-a acordat astfel un rol important în provocarea, moderarea sau medierea evenimentelor și interacțiunilor în organizații. Diferitele aspecte ale vieții organizaționale sunt evaluate acum prin prisma emoțiilor, inclusiv în domeniul economic.

Cercetătorii reconsideră procesele și impactul emoțional ca element integrant al vieții organizaționale, (Schreyögg 2004) deși întâmpină dificultăți în aspectele metodologice și epistemologice, ca și în cele moral-politice. Fineman susține că cercetătorii nu au reușit să examineze interacțiunea dintre emoții și organizații din patru motive: pentru că cercetătorii doreau să „separe concepțiile oamenilor de cele ale organizațiilor", pentru că voiau „să reifice organizațiile", pentru că a fost considerat „important să separe procesele de raționalitate de cele ale emoției", și pentru că au vrut „să suprime, să nege sau să minimalizeze emoțiile".

Emoțiile contraziceau ideea predominanței raționalității în economie, contrazicând gândirea occidentală care nu putea concepe că emoționalitatea poate să coexiste cu raționalitatea. Emoțiile erau văzute ca perturbatoare sau o barieră în managementul rațional și eficient, și marginalizate sau considerate ca nelegitime sau inadecvate vieții organizaționale, și deci subiect impropriu pentru cercetarea științifică. Emoțiile informează, modelează și reflectă viața organizațiilor. Ele influențează modul în care angajații percep, interpretează, controlează și evaluează stările și acțiunile proprii și partajate. Emoțiile afectează organizațiile la toate nivelurile și în toate sferele, inclusiv relațiile lor externe.

Cote și Miners au dezvoltat un model compensator între IE și IQ care presupune că asocierea între IE și performanța la locul de muncă devine mai pozitivă pe măsură ce inteligența cognitivă scade. Majoritatea cercetătorilor sunt de acord că IE este un predictor incontestabil mai bun decât metodele tradiționale de angajare utilizate frecvent în companii (scrisoarea de referință, scrisoarea de intenție, etc). Potrivit lui Daniel Goleman, inteligența emoțională ajută mai mult la succesul în carieră decât IQ. Potrivit lui Lopes și colegilor săi, IE contribuie la dezvoltarea relațiilor puternice și pozitive între colegi și la performanțe mai mari în echipele de lucru. Angajații inteligenți emoționali fac față mai bine situațiilor stresante și sarcinilor solicitante. Law și colab. a constatat că IE este un mai bun predictor al performanței locului de muncă decât abilitatea. Conceptul de IE a câștigat teren în ultimul timp, atât în discursul laic cât și în cel academic. IE a devenit o temă proeminentă în literatura de specialitate privind managementul resurselor umane, formarea și conducerea, și a început deja să influențeze practicile din aceste domenii. Criticii IE susțin că popularitatea

studiilor IE se datorează publicității media, mai degrabă decât descoperirilor științifice obiective. Goleman consideră dezvoltarea IE ca datorându-se descoperirilor științifice recente (în special funcționarea creierului, dar și ascendenței sale ca discurs managerial.

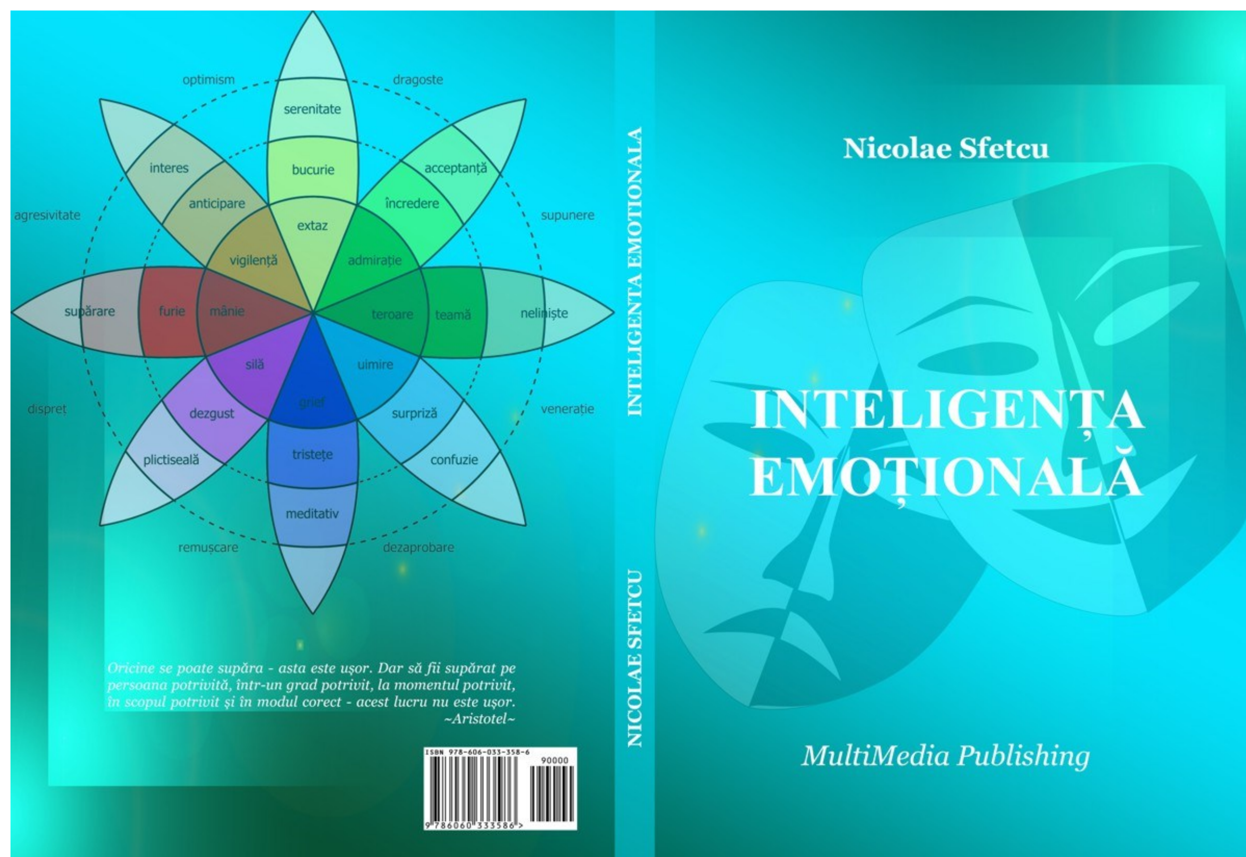
Westbrook definește afectul ca o „clasă de fenomene mentale caracterizate în mod unic de o stare de simțire experimentată conștient, subiectivă, care însoțește în mod obișnuit emoțiile și stările de spirit”, sugerând că aceste concepte sunt strâns legate. Cercetătorii au remarcat dificultățile care separă conceptele de afect, emoții, sentimente și dispoziție, folosite deseori interschimbabil.

Există mai multe modele privind modul în care IE este asociat cu criteriile de lucru :

……………………

Cuprins

Cartea



Inteligența emoțională este un set de abilități pentru răspunsurile la evenimente care constituie emoții. Prin integrarea inteligenței cu emoția se pot determina „cel puțin unele răspunsuri „corecte" în ceea ce privește sentimentele" pentru a distinge indivizii în funcție de inteligența emoțională într-un context cultural dat.

În prezent, organizațiile trebuie să facă față, pe lângă o concurență sporită, și unei dezvoltări și inovații tehnologice exponențiale, și unor procese de schimbare care afectează toate stările emoționale ale angajaților. Toate aceste provocări, împreună cu schimbările impuse și complexitatea sarcinilor organizaționale și manageriale, implică noi exigențe emoționale și acțiuni mai eficiente la nivel corporativ, inclusiv prin gestionarea emoțiilor în cele mai multe circumstanțe. Astfel, emoțiile reprezintă „resurse" valoroase pentru inovație și valoare adăugată într-un proces economic.

Inteligența emoțională a fost un subiect important și controversat în ultimele decenii. Inteligența emoțională este cheia pentru simțire, gândire, învățare, rezolvarea problemelor și luarea deciziilor.

”Oricine se poate supăra - asta este ușor. Dar să fii supărat pe persoana potrivită, într-un grad potrivit, la momentul potrivit, în scopul potrivit și în modul corect - acest lucru nu este ușor.” (Aristotel)

MultiMedia Publishing https://www.telework.ro/ro/e-books/inteligenta-emotionala/ , https://www.cartilibrarie.com/carte/inteligenta-emotionala/

- Digital: EPUB (ISBN 978-606-033-359-3), Kindle (ISBN 978-606-033-361-6), PDF (ISBN 978-606-033-360-9)

- Tipărit, Format B5 Academic (257 x 182 x 11 mm, 467 g, 238 pagini) ISBN 978-606-033-358-6

Despre autor

Nicolae Sfetcu

Asociat şi manager MultiMedia SRL și Editura MultiMedia Publishing.

Partener cu MultiMedia în mai multe proiecte de cercetare-dezvoltare la nivel naţional şi european

Coordonator de proiect European Teleworking Development Romania (ETD)

Membru al Clubului Rotary București Atheneum

Cofondator şi fost preşedinte al Filialei Mehedinţi al Asociaţiei Române pentru Industrie Electronica şi Software Oltenia

Iniţiator, cofondator şi preşedinte al Asociaţiei Române pentru Telelucru şi Teleactivităţi

Membru al Internet Society

Cofondator şi fost preşedinte al Filialei Mehedinţi a Asociaţiei Generale a Inginerilor din România

Inginer fizician - Licenţiat în științe, Fizică, specialitatea Fizică nucleară. Master în Filosofie.

Contact

Email: nicolae@sfetcu.com

Facebook/Messenger: https://www.facebook.com/nicolae.sfetcu
Twitter: http://twitter.com/nicolae
LinkedIn: http://www.linkedin.com/in/nicolaesfetcu
YouTube: https://www.youtube.com/c/NicolaeSfetcu

Editura

MultiMedia Publishing

*web design, comerţ electronic, alte aplicaţii web * internet marketing, seo, publicitate online, branding * localizare software, traduceri engleză şi franceză * articole, tehnoredactare computerizată, secretariat * prezentare powerpoint, word, pdf, editare imagini, audio, video * conversie, editare şi publicare cărţi tipărite şi electronice, isbn*

Tel./ WhatsApp: 0040 745 526 896
Email: office@multimedia.com.ro

MultiMedia: http://www.multimedia.com.ro/
Online Media: https://www.telework.ro/

Facebook: https://www.facebook.com/multimedia.srl/
Twitter: http://twitter.com/multimedia
LinkedIn: https://www.linkedin.com/company/multimedia-srl/